



## コロナ禍と健康状態



特定医療法人共和会 共和病院  
副院長 谷口 正哲

コロナ禍が長く続いています。緊急事態宣言は2021年9月末で解除されましたが、今後の感染状況がどうなるか予断を許さない状態が続きます。実際に新型コロナウイルスに感染する確率はそれほど高くなく、ほとんどの方にとって問題になるのは感染防止のための「ステイホーム」、つまり外出を必要最小限にする・在宅時間を増やすことによる健康状態の変化です。

体重は健康状態評価の最も簡便な指標ですが、ステイホームによる体重変化に関して8月に開催された栄養関連の学会で興味深い報告がありました。標準体重の方は変化無く、痩せている方はより体重が減り、肥満の方はより体重が増えています。肥満度が高い方がより大きな体重増加となっています。痩せている人（摂食量が少ない人）は更に摂食量が減り、太っている人（摂食量が多い人）は更に摂食量が増えると言うことで、「良くない」生活習慣が増幅されるという結果となっています。これはストレスによるものと考えられます。体重は少なくとも多くても有病率（何か病気にかかっている率）が高くなり、健康状態は悪化します。体重が適正かどうかを判定する指標として肥満指数（以下BMI：body mass index）があります。

体重(kg)を身長(m)の二乗で割った数値であり、標準値は22です。ご自分の身長を二乗して22を掛ければ標準体重を知ることが出来ます。例えば身長162cmの人では $1.62 \times 1.62 \times 22 = 57.7$ (kg)となります。BMIの上限は25、下限は18.5ですので肥満・痩せの判定にご利用下さい。なお、生命予後（いわゆる生存率）も肥満・痩せともに悪化しますが痩せの方が肥満よりも良くないのでご注意ください。

「ステイホーム」ではストレスと運動量の低下が発生します。ストレスにより前述の食行動変化の他、全身の血管が細くなり血液の流れが少なくなります。また運動量の減少でも心臓からの血液の送り出しが減り、栄養・酸素の供給が減少して体全体の機能は抑えられます。血液中の免疫細胞の働き・腸の細菌侵入を防ぐ働きが低下し、免疫力が低下していろいろな感染症にかかりやすくなります。コロナウイルスにかからないようにする行動が、実は体の抵抗力を弱めてしまうことに注意が必要です。

外出機会が減っていても、タンパクを含む食事をしっかり摂って、ストレスを避けるために充分休養・睡眠を確保し、定期的に運動することを心がけて頂きたいと思います。



## 第22回 共和病院 地域医療フォーラムを開催して

1年遅れとなりましたが、2021年7月11日（日）に、第22回共和病院地域医療フォーラム「豊かな社会生活をおくるために ～発達障害 社会へ出てからの支援～」をようやく開催することができました。前回のフォーラムを聞いてくださった方から、いつ開催しますか？と問い合わせをいただく度に心苦しく、社会全体が発達障害について関心が高いことを実感していました。新型コロナウイルスが流行している最中ではありましたが、待ってくださっている方のためにも、開催時期と方法について実行委員で検討を重ね、今回はオンラインにて開催することにいたしました。

当日は2部制で行い、第1部では「発達障害をもつ方のメンタルヘルス」というテーマで、国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所 岡田俊先生より講演がありました。発達障害とはどういったものなのか、発達障害の診断の増加は社会情勢が問題を浮きぼりにしているためではないかという話から始まり、発達障害をもつ子どもの親が抱える悩み、支援のあり方、社会資源の利用における難しさなど、実際の支援につながるとても貴重なお話を聞くことができました。“できることを増やすのを目指すよりも、困った時にヘルプを求められる子育てをしていきましょう”という考え方は、発達障害に関わらず、子育てをしている世代全てに共通するメッセージだと感じました。

第2部では、当院精神科 嶋本正範医師、大府市障がい者相談支援センター 竹内美喜様、発達障害児の将来を考える親の会「シェリール」二見友紀様を交えて、パネルディ

スカッションを行いました。嶋本医師からは、実際の症例を通じて、発達障害の特性を“困難として扱うのではなく、長所として活かしていく”という支援の実際をお話していただきました。竹内様からは、相談支援センターの活動報告とともに、社会的な支援制度としてどんなサポートがあるか、どのようにしたらそれを利用できるかなど、具体的なお話がありました。二見様からは、発達障害をもつ子どもの親としての生の体験をお聞きすることができました。育児の中で感じたこと・悩んだこと・心がけたことなど、お子さんの成長過程におけるその時々のお考えや葛藤がつぶさにうかがえるお話でした。

その後、当院の榎本和医師を座長として、全発表者でディスカッションを行いました。ある1つの“困り事”に対しても、支援者の立場によってそれぞれの視点があり、いろいろな支援がありうるということが理解できました。支援者として、お互いの視点や役割の違いを理解した上で、顔の見える風通しの良いつながりを作っていくことが、当事者や家族を支えるために重要なのだと感じました。

冒頭でも触れたとおり、今回のオンラインでの開催については大変悩みました。しかし、終了後に皆様から頂いたアンケートでは、「オンラインだったからこそじっくり聞けて良かった」という声もありました。新型コロナウイルスの流行が一刻も早く収束することを願う一方で、新しいことへ挑戦するチャンスになったと視点を変えて物事を捉え直そうとする姿勢が、発達障害をもつ方への支援とも重なるのではないかと思います。

フォーラム実行委員長 栗田 恵美

### 第22回 共和病院 地域医療フォーラム (Web 開催)

#### 「豊かな社会生活をおくるために」～発達障害 社会へ出てからの支援～

##### 〈プログラム〉

#### 第1部 講演「発達障害を持つ方のメンタルヘルス」

講師 岡田 俊氏

(国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所 知的・発達障害研究部 部長)

#### 第2部 「地域活動報告 / パネルディスカッション」

医療現場 共和病院 診療部 精神科医師

嶋本 正範氏

地域支援 大府市障がい者相談支援センター

竹内 美喜氏

親の立場 発達障害児の将来を考える親の会 シェリール 二見 友紀氏

座長 榎本 和氏 (共和病院 名誉院長)



岡田 俊氏



嶋本 正範氏



竹内 美喜氏



二見 友紀氏

## 認知症対応型グループホーム 南天



共和病院から見て北西の位置、ケアホームあしびと住宅型有料老人ホームすみれの丘の間に、新たに『認知症対応型グループホーム 南天』が8月1日にオープンしました！2階建ての木造建物です。新築間もないため、施設に入ると木の香りがします。

南天は、パーソン・センタード・ケア（ご利用者中心の介護）の実現のため、大切にしていることがあります。それを我々は『3つのS・4つのH』と呼んでいます。『3つのS』とは、①共感的視点、②ご本人主体、③ご本人の思いの尊重、です。お一人おひとりの認知症の症状をよく理解したスタッフが、ご本人主体の介護を行うことで、認知症の進行を緩やかにさせ、ご本人や周囲に辛い状況を引き起こすBPSD（行動・心理症状）を防いでいくことを目的としています。また『4つのH』とは、スタッフが日々①Healthy（健康）、②Happy（幸福感）、③Hope（希望）、④Hospitality（気遣いと思いやり）をもって仕事に取り組むことで、ご入居者、スタッフともに充実した日々が

過ごせることを目的としています。

認知症になられた方の住まい探しは、社会的にも喫緊の課題となっています。南天は2ユニットありますが、そのうち1ユニット目はすでに満室となっています。そのユニットのリビングからは、よく笑い声が聞こえます。ご入居者の思いを尊重し、認知症を抱えつつも、将来への不安を少しでも解消し、安心して過ごせるよう、1日1日今この時を大切に、ともに歩みを進めていきたいと思ひます。どうぞ宜しくお願い致します。

管理者 今村 諭史



## 訪問看護ステーションアイリス大府



こんにちは、訪問看護ステーションアイリス大府です。これまでは知多市にあるアイリスのサテライトでしたが、アイリスがアイリス知多に名称変更し、大府サテライトは、新事業所「アイリス大府」として8月1日に開設しました。今まで大府サテライトより訪問させていただいていた利用者様への訪問は継続して行なっています。

訪問地域は大府市を中心に、東海市、豊明市、刈谷市、知立市、名古屋市緑区、南区が対象地域です。アイリス大府のスタッフは、アイリス開設当時から訪問看護を行なっているスタッフも多く、利用者様と良好な関係を築くことができています。訪問の中で相談相手となり助言をしたり、時には一緒に考えながら、

地域での生活がより良いものになるよう支援してきました。

利用者様の8割以上は共和病院の患者様です。5つのアイリス事業所の中で共和病院に一番近い事業所として、今まで以上に連携を取り、関係者会議への参加や、病棟からの退院後訪問看護に同行するなど、利用者様が退院後の生活を安心して送っていただけるようサポートしていきたいと思ひます。

訪問看護について質問等ありましたら、いつでも気軽にご連絡ください。

これからも関係機関との連携を図るとともに、利用者様の夢や希望が実現できるようところに寄り添う看護を提供していきたいと思ひます。

管理者 久野 早苗



**訪問看護ステーションアイリスは5つの事業所が連携して利用者様の生活をサポートします。**

<b>アイリス知多</b>	知多市八幡字筒岡 15-1 AMITY（愛一ビル） 2F ※アイリスからアイリス知多に名称変更しました	TEL：0562-85-5966
<b>アイリス大府</b>	大府市梶田町二丁目 123 番地（共和病院内）	TEL:0562-87-3682
<b>アイリス日進</b>	日進市香久山 5 丁目 501 番地 鈴の木ハイツ C 1 階 ※引越しました	TEL：052-888-1024
<b>アイリス半田</b>	半田市宮本町 5 丁目 313 番地 7メゾンシャトル 101 号室	TEL：0569-47-6980
<b>アイリスみなと</b>	名古屋市港区宝神 3 丁目 305 ガーデンヒルズ宝神 103 号室	TEL：052-355-7198

### 編集後記



9月より当法人職員の制服が4年ぶりにリニューアルされました。

どの部署も選び抜かれた制服で、各部署個性があり着ている職員の顔も花が咲いたように見えます。最近の白衣はカラフルでデザインも素敵ですね。

私も今号から広報委員会として編集に携わることになり、今まで読んでいた広報誌の制作過程が見られる事にワクワクしています。

皆様楽しく読んでいただける広報誌制作に協力していきたいと思ひます。

広報誌委員会 水上 京実

# 大府市から表彰を受けました

2021年9月4日に開催された「大府市制50周年Plus1記念式典」において、当法人の継続的な産業活動による市勢発展への貢献が認められ、表彰をうけました。さらに、大府市における社会福祉の増進への多年にわたる功績に対して、当法人会長の加藤 仁、当院名誉院長の榎本 和が表彰を受けました。

大府市の発展とともに当法人も成長してきました。これからも地域医療に貢献してまいります。



共和会理念

## 『優しい医療・楽しい職場』

私たちが目指す『優しい医療』とは

- まごころをこめてやすらぎと癒しの提供
- あなたの安心と希望ある地域生活の支援
- それぞれの専門性を活かした  
最良の医療・介護サービスの提供

私たちが目指す『楽しい職場』とは

- 職員のチームワークと創造性が  
高められる職場
- 職員のレベルアップと仕事の充実が  
感じられる職場
- 職員の満足が皆様へ反映される職場

## 基本方針

### ～当院をご利用の皆様へ～

わたしたちは、利用者の皆様が安全かつ納得のいく医療を受けていただくことを目指し、それぞれの尊厳を大切に、思いやりのある医療を提供します。さらに、地域関係機関との密接な関係を保ち、地域の医療水準の向上に努めます。

1. あなたは、個人的な背景の違いや病気の性質などにかかわらず、必要な医療を受けることができます。
2. あなたは、医療の内容、その危険性および回復の可能性についてあなたが理解できる言葉で説明を受け、それを十分納得して同意したのちに、医療を受けることができます。ただし、必要に応じて主治医の判断によってご家族、代理の方にお話をする場合もあります。
3. あなたは、今受けている治療、処置、検査、看護・介護、食事その他についてご自分の希望を申し出ることができます。また、他の医療機関に転院したい場合は、必要な情報を提供致します。
4. あなたの医療上の個人情報は保護されます。
5. あなたの社会でよりよい生活が提供されるよう、地域関係機関との連携を図ります。

## 売店アトリエでの作品展示

当院では、デイケアセンターフリージアと作業療法で制作した塗り絵やちぎり絵等の作品を売店アトリエ内に展示しています。

利用者様やスタッフから「上手にできたね」「綺麗に飾ってあったね」など、作品の感想をもらうことは、作り手の充足感につながります。そこで、多くの方に見ていただける売店アトリエを展示場所を選びました。

また作品を日々制作していく中で、「段々上手になってきた」「次はこういう作品にしよう」等、活動への意欲の向上や目標に繋がっています。

売店アトリエをご利用の際は、ぜひ作品をご覧ください。

作業療法課 北野 智和



特定医療法人 共和会

## 共和病院

愛知県大府市梶田町2-123

### 診療科目

内科・消化器内科・呼吸器内科・神経内科  
精神科・心療内科・循環器内科・肛門外科  
放射線科・リハビリテーション科・歯科

TEL.0562-46-2222(代)

URL <http://www.kyowa.or.jp/>

## ★ラジオ番組★

毎月 第2月曜日 19:00～19:30

MID-FM 76.1

ラジオパーソナリティ  
共和病院 副院長 松下 直美

こころの病を持たれている方をはじめとする皆さまに温かいメッセージをお送りします。是非お聞ください。

## おもいやり共和のキラキラチアナイト

当院HPから過去の放送分も聴くことができます。

## お知らせ

12月29日(水)～1月3日(月)は、  
年末年始につき外来診療を休診させていただきます。